



Sector California Central

Condado de Santa Bárbara

1528 Chapala St., Ste 204
Santa Barbara, CA 93101
Tel: 805.892.4259

120 E. Jones Ave., Ste 113

Santa Maria, CA 93454
Tel: 805.636.6432

Condado de San Luis Obispo

3232 S. Higuera Ste 101A
San Luis Obispo, CA 93401
Tel: 805.547.3830

Condado de Ventura

145 Holdencamp Road,
Ste 205
Thousand Oaks, CA 91360
Tel: 805.494.5200

Condado de Kern

201 New Stine Road, Ste 350
Bakersfield, CA 93309
Tel: 661.794.6948

Linea de Emergencia

24-Horas

800.272.3900

www.alz.org/CaCentral

Haz Cosas Sabias con Teléfonos Inteligentes

Cuando la madre de Bruce Bigenho, Susan, fue diagnosticado con la enfermedad de Alzheimer, Bruce comenzó a preocuparse por su seguridad en el hogar.

Susan es una mujer ferozmente independiente que ama su hogar en Santa Bárbara y siempre ha sido el pilar para toda su familia. A una edad muy joven, ella y sus dos hermanos fueron separados de sus padres en Corea del Norte y enviados a Seúl, intentando escapar de una sangrienta guerra civil. En Seúl, ella cuidó de su hermano y hermana; les ayudó en sus estudios (logro brindarle el apoyo necesario a su hermano para ir a la Universidad, hasta recibir un doctorado), y se convirtió en una exitosa mujer de negocios. Emigró a los Estados Unidos a mediados de los años 70's con su nueva familia.

Ahora, a la edad de 83 años, Susan es frágil y se ha caído un par de veces en casa.

Después del diagnóstico, Bruce quiso honrar la increíble historia de vida de su mamá y proteger su dignidad, asegurándose de que ella continúe viviendo con toda la independencia posible.



El proveedor de cuidado, Bruce Bigenho muestra como funciona el sistema de monitoreo y vigilancia en su iPhone y iPad.

Para que esto suceda, Bruce sabía a necesitaría asistencia en su hogar.

Aunque Bruce había contratado a un cuidador profesional domiciliario, él sentía que necesitaba un par de ojos extra supervisando a su mamá. Siendo el único hijo, Bruce no contaba a alguien para compartir las responsabilidades requeridas para cuidar de su madre. Entonces, se dirigió a la tecnología para obtener una solución.

Los sistemas de vigilancia electrónicos han existido por muchos años y se han convertido en una importante herramienta de seguridad no sólo para las empresas, también para los propietarios. Recientemente, el internet ha puesto en disposición una gama de herramientas tecnológicas. Ya existen numerosos

Ver cont...

Consejos



Tecnología para las familias que proveen cuidado:

- ◆ Skype ofrece video llamadas gratis por Internet a cualquier parte del mundo. Con un plan de suscripción (desde \$4.49 al mes), también puedes hacer videoconferencias y conectar a varios miembros de la familia en una video llamada.
- ◆ Los sistemas de GPS pueden ayudarte a rastrear los movimientos de tu ser querido, desde cualquier ubicación. Hay muchos sistemas de rastreo en el mercado. Algunos puedes llevarlos puestos como un reloj normal.
- ◆ Autoyet.com comercializa un reloj GSM/GPRS/GPS por \$118.37.
- ◆ Los dispositivos de GPS pueden ser instalados fácilmente en un vehículo para monitorear su ubicación.
- ◆ Google tiene una aplicación gratis llamada "Latitude" y te permite observar tu ubicación actual en un mapa. Puede ser útil si tu ser querido tiene un teléfono celular. Esta aplicación también puede ayudar a localizar un teléfono perdido o robado, incluso si la aplicación está inactiva.
- ◆ Hay una gran variedad de cajas que administran y despachan los medicamentos automáticamente. Son útiles para que te asegures de que el medicamento correcto sea ingerido. Algunas cajas despachadoras incluso pueden avisarte si una dosis no fue ingerida.

Continuación de pág. 1:

sistemas de vigilancia disponibles en el mercado, con precios que van desde varios miles de dólares, menos de \$100. Algunos sistemas requieren una instalación compleja y planes de suscripción en curso. Otros son simples dispositivos independientes que pueden funcionar sin una conexión de Internet inalámbrica disponible y transmiten imágenes sin que pagues los gastos extra de plan de suscripción.

Después de un meticuloso estudio en el mercado tecnológico, Bruce optó por instalar una cámara en el comedor de Susan que funciona con conexión de internet. La cámara se llama "Mole". Después de describir el proceso de instalación de este aparato como algo "muy fácil", la cámara transmite imágenes continuas a través de un canal de Internet seguro el cual Bruce puede entrar en cualquier lugar desde una computadora o teléfono celular.

"Mole" se ha convertido en el segundo par de ojos de Bruce. Le ha permitido ver en que situación se encuentra Susan a cualquier hora del día y desde cualquier lugar del mundo. La cámara incluso tiene un componente vocal que le permite hablar con ella mientras que él la cuida remotamente.



La Cámara "Mole"

"Este dispositivo me da tranquilidad", explica Bruce mientras orgullosamente muestra en su iPhone, imágenes directas desde la casa de mamá. "A mi mamá le da la tranquilidad saber que siempre estoy con ella, mirándola".

La cámara también tiene otras características interesantes como la detección de movimiento y visión nocturna, permitiendo la visualización incluso en completa oscuridad. El usuario también puede controlar de forma remota el sistema de giro e inclinación desde cualquier navegador web o iPhone. El usuario también puede "invitar" a que otros miembros de la familia tengan acceso y así puedan turnarse para monitorear.

Susan también utiliza la tecnología para conectarse con sus familiares en Corea. Bruce tiene acceso al sistema de video llamadas "Skype", y el cual puede instalarse y ser usado en una tableta electrónica simple, (como la tableta portátil Acer de \$ 200, por

MedicAlert® + Alzheimer's Association Safe Return®

Un servicio nacional de respuesta a emergencias disponible las 24-horas para individuos con Alzheimer o demencia, quienes se extravían o tienen alguna emergencia médica.

Inscríbete hoy: **1.888.572.8566**
www.medicalert.org/safereturn

Continuación de pág. 2:

Herramientas



Algunos dispositivos de monitorización disponibles comercialmente:

- ◆ Wi-Fi Nanny Camera, disponible en: Knowyournanny.com por \$199
- ◆ Foscam FI8908W, disponible en: Amazon.com starting por \$74.99
- ◆ Zmodo CM-I12316GY, disponible en: Provantage.com por \$91.90
- ◆ Astak MOLE H.264, disponible en: Walmart.com por \$239.54

ejemplo). "¡Me encantaría que miraras la cara de alegría que pone cuando habla a su sobrino en Corea!", dijo Bruce.

Hoy en día, más y más familias están buscando en la tecnología, herramientas adicionales para facilitar la provisión de cuidado. Aunque los sistemas de vigilancia y comunicación electrónicos nunca podrán sustituir el contacto cara-a-cara, estas tecnologías pueden utilizarse para permitir a las familias mantenerse en contacto cuando la presencia física no es posible. Los cuidadores necesitan los beneficios de todas las herramientas que les aseguren que sus seres queridos están seguros y cómodos.

Antes de invertir en un sistema en particular, asegúrate de investigar para decidir cual te resulta más conveniente. Habla con otras familias que hayan utilizado el mismo sistema. Consulta a los asesores de la Asociación de Alzheimer, ellos reciben numerosas solicitudes de información todos los días sobre sistemas de supervisión y vigilancia. Hay una variedad de opciones disponibles. Contacta a tu asesor de cuidado local para obtener más información acerca de los sistemas de supervisión, incluyendo a Safe Return.

Redacción por Luciana Mitzkum, asesora de cuidados de la Asociación de Alzheimer, en la Oficina Regional del Condado de Santa Bárbara.

CUIDADOR ON-LINE HERRAMIENTAS



Conviértete en Intercesor

El Sector Central de la Asociación de Alzheimer en California te invita a convertirte en un intercesor del Alzheimer. Por favor, únete a nosotros y aboga por los derechos y necesidades de personas diagnosticadas con Alzheimer, las de sus familiares y proveedores de cuidado. Ayúdanos a lograr nuestra visión de crear un mundo sin Alzheimer. Regístrate en: alz.org/advocacy

Alzheimer's Navigator®

Alzheimer's Navigator® (Navegador de Alzheimer), es una herramienta digital gratuita diseñada específicamente para aclarar tus dudas mediante la creación de planes de acción personalizados, y para brindarte acceso a información, apoyo y recursos locales. alzheimersnavigator.org



TrialMatch

Investigadores prueban nuevos métodos de detectar, tratar y prevenir el Alzheimer y otras enfermedades relacionadas con la demencia a través de ensayos clínicos. La Asociación de Alzheimer TrialMatch® es un servicio gratuito que facilita a las personas diagnosticadas con Alzheimer, a sus familiares, a sus proveedores de cuidado, y médicos a localizar ensayos clínicos basados en características personales (diagnóstico, etapa de la enfermedad, etc.) y su ubicación. alz.org/trialmatch

AlzConnected

Conéctate con una comunidad que ofrece apoyo de Alzheimer. Comparte preguntas y opiniones con una comunidad diversa. Obtén respuestas a tus preguntas o apoya a otros proveedores de cuidado sugiriendo soluciones a sus desafíos. Visita: alzConnected.org

Aprendizaje Electrónico

Ser proveedor de cuidado no viene con un manual de instrucciones, pero hay recursos disponibles para prepararse. Usa los cursos de capacitación, los talleres, libros y DVDs en este portal digital para desarrollar habilidades de cuidado y conocer consejos prácticos. alz.org/care/alzheimers-dementia-care-training-certification.asp